

TÌM HIỂU MỨC ĐỘ STRESS Ở CÁN BỘ QUẢN LÝ GIÁO DỤC TRƯỜNG MẦM NON VÀ PHỔ THÔNG TẠI THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

TS. NGUYỄN THỊ THÚY DUNG*

Abstract: Despite the complexity of the management activities in general and the educational management in particular, excessive stress threatens school administrators. This paper presents the survey results of the stress levels of preschool and school administrators in Ho Chi Minh City. The results contribute as a practical basis to future solution of stress reduction for school administrators.

Keywords: school administrator, educational management, stress level.

Quản lý là hoạt động trí tuệ nặng nhọc và căng thẳng. Vào một thời điểm nhất định, người quản lý thường phải tập trung giải quyết nhiều vấn đề khác nhau trong tổ chức, chịu các áp lực về thời gian; phải ra các quyết định chính xác, nhanh chóng và kịp thời, phải dung hòa nhiều mối quan hệ. Trong quá trình thực hiện nhiệm vụ, họ là “trạm” tiếp nhận, phân tích, xử lý và truyền đạt thông tin từ trên xuống dưới, từ dưới lên trên, thông tin theo chiều ngang, thông tin theo chiều dọc. Họ dễ trở thành trung tâm của sự quan sát, đánh giá, phán xét, chê trách... của cấp dưới, của cấp trên, thậm chí của xã hội (1; tr 73). Điều này tạo nên áp lực tâm lý thường xuyên đối với người quản lý, tình trạng căng thẳng và mệt mỏi (stress) dễ xảy ra.

Nghiên cứu về stress ở các nhà quản lý trở thành một vấn đề cần thiết, đặc biệt là ở các nhà quản lý trong lĩnh vực GD-ĐT - một lĩnh vực đầy áp lực vì có đối tượng quản lý chủ yếu là con người. Nghiên cứu càng trở nên cấp thiết tại một thành phố lớn như TP. Hồ Chí Minh nơi có những đòi hỏi rất cao đối với đội ngũ cán bộ quản lý giáo dục (CBQLGD), đáp ứng yêu cầu của một trung tâm GD-ĐT của cả nước. Kết quả nghiên cứu có thể được sử dụng để tìm ra các biện pháp giúp cho CBQLGD của TP. Hồ Chí Minh phòng ngừa và ứng phó với stress một cách hiệu quả.

1. Địa bàn và khách thể nghiên cứu

Khảo sát được thực hiện vào thời điểm tháng 12/2015 với 132 khách thể là CBQLGD trường mầm non (MN) và trường phổ thông (PT) tại TP.

Hồ Chí Minh. Mẫu khách thể nghiên cứu thể hiện trong *bảng 1*.

Bảng 1. Khái quát về 132 CBQLGD được khảo sát

Các tiêu chí phân loại		Số lượng	Các tiêu chí phân loại		Số lượng
Trường	MN	43	Chức vụ	Hiệu trưởng (HT)	46
	PT	89		Phó hiệu trưởng (PHT)	86
Giới tính	Nam	40	Thâm niên quản lý	Dưới 5 năm	35
	Nữ	92		5-10 năm	33
Độ tuổi	Dưới 40 tuổi	42		Trên 10 năm	64
	40 - 50 tuổi	64			
	Trên 50 tuổi	26			

2. Phương pháp nghiên cứu

Phương pháp chính được sử dụng là phương pháp điều tra bằng bảng hỏi. Một câu hỏi sàng lọc được thực hiện nhằm xác định những CBQLGD thời gian gần đây đã từng bị căng thẳng, mệt mỏi và những CBQLGD chưa trải qua cảm giác này. Những người đã từng trải qua stress được yêu cầu tự đánh giá về mức độ stress của bản thân. Thang điểm tự đánh giá về mức độ stress của CBQLGD được quy ước như sau: 5 điểm: rất nặng; 4 điểm: nặng; 3 điểm: vừa; 2 điểm: nhẹ; 1 điểm: rất nhẹ.

Điểm trung bình được chia ra các mức độ: rất nhẹ: 1,00-1,80 điểm; nhẹ: 1,81-2,60 điểm; vừa: 2,61-3,40 điểm; nặng: 3,41-4,20 điểm; rất nặng: 4,21-5 điểm.

* Trường Đại học Sài Gòn

3. Kết quả nghiên cứu

3.1. Tổng hợp về mức độ stress ở 132 CBQLGD trường MN và PT tại TP. Hồ Chí Minh được khảo sát

Với câu hỏi sàng lọc nhằm xác định các CBQLGD đã từng trải qua cảm giác căng thẳng và mệt mỏi trong công tác quản lý, 100% khách thể khảo sát xác nhận đã từng trải qua tình trạng này. Tổng hợp kết quả tự đánh giá về mức độ stress mà họ đã trải qua như sau: Có tới 71, 97% CBQLGD tự đánh giá stress mà bản thân đã trải qua trong công tác quản lý ở mức độ vừa trở lên, trong đó có 53,03% ở mức vừa, 15,15% ở mức nặng và 3,79% ở mức rất nặng. Kết quả này chứng minh rằng, người quản lý chịu áp lực rất lớn từ công tác quản lý đang đảm nhiệm. Những nguyên nhân cụ thể gây stress cho CBQLGD từ công tác này cũng cần được khảo sát một cách nghiêm túc.

3.2. So sánh mức độ stress ở CBQLGD được khảo sát theo các tiêu chí khác nhau, cụ thể:

3.2.1. Theo giới tính: CBQLGD nữ đánh giá stress mà bản thân đã trải qua có mức độ cao hơn nam (ĐTB ở nữ là 2,92, ở nam là 2,88). Không có CBQLGD nam nào đánh giá stress ở mức rất nặng, trong khi ở nữ mức rất nặng có 5,4%. Ở mức nặng, nam chỉ có 12,5%, trong khi ở nữ là 16,3% (xem bảng 2).

Bảng 2. So sánh về mức độ stress của CBQLGD theo giới tính

Giới tính	Mức độ stress										ĐTB	ĐLC	Kết quả t-test (Sig.)
	Rất nhẹ		Nhẹ		Vừa		Nặng		Rất nặng				
	TS	%	TS	%	TS	%	TS	%	TS	%			
Nam	2	5,0	6	15,0	27	67,5	5	12,5	0	0,0	2,88	0,69	0,758
Nữ	3	3,3	26	28,3	43	46,7	15	16,3	5	5,4	2,92	0,89	

Chú thích: TS: Tần số; ĐTB: Điểm trung bình; ĐLC: Độ lệch chuẩn

Tuy nhiên, dùng kiểm định t (2; tr 136) để kiểm tra mức ý nghĩa của sự khác biệt giữa 2 ĐTB của 2 mẫu độc lập nam và nữ, kết quả nhận được sig. = 0,758 (> 0,05). Như vậy, sự khác biệt này không có ý nghĩa, tức là cả nam và nữ làm CBQLGD đều có nguy cơ stress ở mức độ như nhau. Mức độ stress cao hay thấp không phân biệt giới tính.

3.2.2. Theo tuổi tác: CBQLGD tuổi càng trẻ càng đánh giá stress ở bản thân có mức độ càng cao. CBQLGD dưới 40 tuổi đánh giá stress có mức độ cao nhất trong 3 độ tuổi được khảo sát (xem bảng 3).

Bảng 3. So sánh về mức độ stress của CBQLGD theo tuổi tác

Tuổi	Mức độ stress										ĐTB	ĐLC	Kết quả ANOVA (Sig.)
	Rất nhẹ		Nhẹ		Vừa		Nặng		Rất nặng				
	TS	%	TS	%	TS	%	TS	%	TS	%			
< 40	2	4,8	7	16,7	23	54,8	9	21,4	1	2,4	3,00	0,83	0,429
40-50	2	3,1	16	25,0	34	53,1	9	14,1	3	4,7	2,92	0,84	
>50	1	3,8	9	34,6	13	50,0	2	7,7	1	3,8	2,73	0,83	

Tuy nhiên, phân tích kết quả ANOVA (kiểm định F kiểm tra mức ý nghĩa của sự khác biệt giữa ĐTB của nhiều mẫu độc lập), kết quả nhận được là sig. = 0,429 (> 0,05). Như vậy, sự khác biệt này không có ý nghĩa (2; tr 150). CBQLGD trường MN và PT được khảo sát theo các độ tuổi khác nhau đều có nguy cơ stress ở mức độ như nhau. Mức độ stress cao hay thấp do công tác quản lý không phân biệt độ tuổi. CBQLGD trẻ tuổi có vốn kinh nghiệm sống có thể không bằng CBQLGD nhiều tuổi hơn, nhưng bù lại có thể có sức khỏe tốt hơn và sự năng động hơn khi đương đầu với stress.

3.2.3. Theo chức vụ. Kết quả so sánh mức độ stress ở CBQLGD được khảo sát cho thấy một kết quả thú vị: người đứng đầu nhà trường (HT) đánh giá stress ở bản thân có mức độ thấp hơn đánh giá của cấp phó; PHT cảm thấy bị áp lực trong công tác quản lý nhiều hơn HT. Điều này có thể lý giải rằng, người đứng đầu nhà trường chịu trách nhiệm chung, trong phạm vi nhà trường họ là người giữ chức vụ cao nhất và không ai trong trường có quyền ra mệnh lệnh đối với họ, nhưng cấp phó lại chịu trách nhiệm trước cấp trưởng về những công việc rất cụ thể, đòi hỏi thời gian và công sức đầu tư quản lý, có thể bị cấp trưởng khiển trách khi hoàn thành không tốt nhiệm vụ (xem bảng 4).

Bảng 4. So sánh về mức độ stress của CBQLGD theo chức vụ

Chức vụ	Mức độ stress										ĐTB	ĐLC	Kết quả t-test (Sig.)
	Rất nhẹ		Nhẹ		Vừa		Nặng		Rất nặng				
	TS	%	TS	%	TS	%	TS	%	TS	%			
HT	1	2,2	15	32,6	20	43,5	9	19,6	1	2,2	2,87	0,83	0,692
PHT	4	4,7	17	19,8	50	58,1	11	12,8	4	4,7	2,93	0,84	

Tuy nhiên, kiểm định t (2; tr 136) để kiểm tra mức ý nghĩa của sự khác biệt giữa 2 ĐTB của 2 mẫu độc lập, kết quả nhận được sig. = 0,692 (> 0,05). Như vậy, sự khác biệt về ĐTB trong đánh giá của HT và PHT không có ý nghĩa. Cả người đứng đầu nhà trường

và cấp phó của họ đều có nguy cơ stress ở mức độ như nhau. HT nhà trường là người đứng đầu của trường, là người chịu trách nhiệm cao nhất trước cấp trên (sở, phòng GD-ĐT,...), trước cha mẹ học sinh và xã hội về tất cả các hoạt động của trường, vì vậy áp lực cũng không thể thấp hơn PHT.

3.2.4. Theo thâm niên quản lí: CBQLGD có thâm niên quản lí càng thấp càng đánh giá stress ở bản thân có mức độ càng cao. CBQLGD có thâm niên quản lí dưới 5 năm đánh giá stress có mức độ cao nhất trong 3 mức thâm niên được khảo sát. Thời gian và kinh nghiệm quản lí chưa nhiều nên họ chưa quen và căng thẳng trong công tác quản lí (xem *bảng 5*).

Bảng 5. So sánh về mức độ stress của CBQLGD theo thâm niên quản lí

Thâm niên quản lí (năm)	Mức độ stress										ĐTB	ĐLC	Kết quả ANOVA (Sig.)
	Rất nhẹ		Nhẹ		Vừa		Nặng		Rất nặng				
	TS	%	TS	%	TS	%	TS	%	TS	%			
< 5	2	5,7	4	11,4	22	62,9	6	17,1	1	2,9	3,00	0,80	0,554
5-10	0	0,0	8	24,2	19	57,6	5	15,2	1	3,0	2,97	0,73	
>10	3	4,7	20	31,3	29	45,3	9	14,1	3	4,7	2,83	0,90	

Tuy nhiên, dùng kiểm định F (2; tr 150) kiểm tra mức ý nghĩa của sự khác biệt giữa ĐTB của nhiều mẫu độc lập, kết quả nhận được sig. = 0,554 (> 0,05). Như vậy, sự khác biệt về ĐTB trong đánh giá về mức độ stress ở CBQLGD theo thâm niên quản lí là không có ý nghĩa thống kê. CBQLGD trường MN và PT được khảo sát theo các thâm niên quản lí khác nhau đều có nguy cơ stress ở mức độ như nhau. CBQLGD có thâm niên quản lí thấp hầu như đều còn trẻ; như đã phân tích ở phần tuổi tác, họ có thể có vốn kinh nghiệm quản lí không bằng CBQLGD thâm niên cao nhưng bù lại có thể có sức khỏe tốt hơn và sự năng động, lạc quan hơn khi đương đầu với stress.

3.2.5. Theo cơ sở giáo dục mà CBQLGD đang đảm nhiệm công tác quản lí: CBQLGD trường MN đánh giá stress ở bản thân có mức độ cao hơn đánh giá của CBQLGD trường PT. Điều này có thể lí giải rằng, CBQLGD trường MN đều là nữ; mặt khác, công tác giáo dục, chăm sóc và nuôi dưỡng học sinh trong trường MN luôn tiềm ẩn nhiều nguy cơ gắn liền với sự an toàn của một lứa tuổi còn yếu ớt về tâm lí, sinh lí; cha mẹ học sinh lứa tuổi MN đặc biệt quan tâm đến con của họ trong thời gian học ở trường MN. Vì thế, CBQLGD trường MN chịu nhiều áp lực trong công tác quản lí (xem *bảng 6*).

Bảng 6. So sánh về mức độ stress của CBQLGD theo cơ sở giáo dục

Cơ sở giáo dục	Mức độ stress										ĐTB	ĐLC	Kết quả t-test (Sig.)
	Rất nhẹ		Nhẹ		Vừa		Nặng		Rất nặng				
	TS	%	TS	%	TS	%	TS	%	TS	%			
MN	1	2,3	13	30,2	17	39,5	9	20,9	3	7,0	3,00	0,95	0,385
PT	4	4,5	19	21,3	53	59,6	11	12,4	2	2,2	2,87	0,77	

Dùng kiểm định t (2; tr 136) để kiểm tra mức ý nghĩa của sự khác biệt giữa 2 ĐTB của 2 mẫu độc lập, kết quả nhận được sig. = 0,385 (> 0,05). Như vậy, về mặt thống kê, sự khác biệt về ĐTB trong đánh giá của CBQLGD trường MN và CBQLGD trường PT về mức độ stress của họ lại không có ý nghĩa. Kết quả này cho thấy, CBQLGD bậc học nào cũng bị stress như nhau. Nếu CBQLGD trường MN chịu áp lực và căng thẳng về mặt trách nhiệm trong chăm sóc, nuôi dưỡng và giáo dục lứa tuổi nhỏ thì CBQLGD trường PT chịu áp lực về trách nhiệm trong công tác giáo dục và xây dựng một học vấn phổ thông căn bản cho lứa tuổi quan trọng của một đời người.

Hoạt động quản lí nói chung và quản lí giáo dục nói riêng là hoạt động có thể gây nên trạng thái căng thẳng và áp lực cho người quản lí. Mặc dù có sự khác biệt nhất định trong đánh giá của khách thể nghiên cứu theo giới tính, tuổi tác, chức vụ, thâm niên quản lí và loại trường, nhưng các yếu tố này không ảnh hưởng nhiều đến mức độ stress theo đánh giá của CBQLGD được khảo sát. Nguy cơ stress là như nhau, không phân biệt đó là CBQLGD nam hay nữ, tuổi tác và thâm niên quản lí cao hay thấp, chức vụ là cấp trưởng hay cấp phó quản lí nhà trường, trường MN hay trường PT. Mỗi yếu tố này đều có những thuận lợi và khó khăn nhất định, có những mặt có lợi và những mặt bất lợi trong công tác quản lí nhà trường.

Kết quả nghiên cứu là cơ sở thực tiễn cho các nhà giáo dục và quản lí giáo dục đề xuất các biện pháp và hoạch định chính sách giúp CBQLGD yên tâm và dễ dàng hơn khi vượt qua các áp lực do công tác quản lí gây ra. □

(1) Nguyễn Thị Thúy Dung. **Tâm lí học quản lí, lãnh đạo**. NXB Giáo dục Việt Nam, H. 2015.

(2) Hoàng Trọng - Chu Nguyễn Mộng Ngọc. **Phân tích dữ liệu nghiên cứu với SPSS** (tập 1). NXB Hồng Đức. TP. Hồ Chí Minh, 2008.